WORD

W
1

Microlins Brasil - Centro de Formação Profissional
Unidade Vila Maria

Nome:	Nota do teste:
Professor: Márcio Adriano N. Dos Santos	

A mente humana e seu Poder de realização

A MENTE

O que você grava na mente subconsciente, está programado para se tornar realidade física. O pensamento dá a ordem e o subconsciente cumpre. Por isso, você é o resultado dos seus pensamentos.
Você mesmo já teve sonhos, em outros tempos, que lhe pareciam inatingíveis, mas hoje eles são realidade na sua vida. Para realizar um sonho você deve criar forte convicção e não apenas alguma esperança.
Se você tem convicção, sua idéia surgirá, a cada instante, eletromagnetizada e essa força emocional sensibilizará o subconsciente, fazendo-o agir na concretização desse desejo.
O sucesso chega para aqueles que têm certeza do sucesso e, conseqüentemente, caminham na direção dele. Nunca diga que algo é impossível. Todo desejo reforçado pela fé torna-se realidade física.

Para alcançar

A vida é uma festa e está aí de braços abertos para acolher-nos carinhosamente e nos oferecer todas as dádivas. Isso é viver no mundo dos sonhos, pois quem vive, sabe que todo sonho se torna realidade.
Todo sonho já é uma realidade mental que caminha a passos largos para a realidade física.
Mas é preciso sonhar e usar os meios certos para atingir esse objetivo. É preciso querer uma coisa com o coração e sintonizar a mente na mesma freqüência do coração.

Meditando em Alfa

Se você é uma pessoa honesta, leal e de bom caráter, mergulhe na abundância divina que jorra para você como uma chuva torrencial. As riquezas do universo não são limitadas no sentido pregado pelos economistas.
As riquezas, no sentido metafísico, são inesgotáveis e todos podem extraí-las para seu benefício e para benefício da humanidade. Quanto mais você acredita nas riquezas infindáveis do universo, mais riquezas atrairá para si.
Quanto mais você acredita que as riquezas da terra estão à sua disposição, mais rapidamente elas chegarão até você. Se existem ricos ao seu redor e você é pobre, isto é a prova mais cabal de que você pode ser rico como eles, e até muito mais se assim o desejar.
Você está pensando certo quando imagina – e a força do subconsciente está na sua imaginação – a riqueza fluindo aos borbotões para você, circulando por você e seguindo adiante. Você é o universo e, ao mesmo tempo, é parte do universo. Receba os bens, use-os à vontade, transforme-os e devolva-os à livre circulação novamente.
Você nasceu para viver na abundância. Esta é sua única verdade. O resto é ilusão. E não é certo que só poderá progredir dando murro e trabalhando como um mouro.
Utilize seu talento, sua simpatia, sua personalidade marcante e faça a riqueza fluir naturalmente para você. Aproprie-se dela porque ela lhe pertence. Deseje o que é bom e este bem será seu.
O homem é aquilo que pensa o dia inteiro, porque é o fervor com que pensa que faz o desejo tornar-se realidade física. É a lei da ação e da reação. O pensamento é a ação e a resposta do subconsciente é a reação.
Diga muitas vezes ao dia, até impressionar vivamente seu subconsciente: as riquezas de Deus estão jorrando vivamente para mim e todas as minhas contas são pagas devidamente e sempre serão pagas. Ainda me sobre a abundância infinita.
Sou imensamente grato ao Poder Supremo por fazer com que o dinheiro sempre apareça para pagá-las e tomo o dinheiro necessário no meu Banco Divino. A cada pedido, o Poder Supremo sempre me atenderá porque essa é uma lei que nunca falha.
Todo pedido já vem junto com o provimento. É a lei da opulência. Sempre que peço, já estou “ipso facto”, atendido.

O Poder de pensar

Como é o pensamento que aciona o poder do subconsciente, na verdade pensar é poder. Acredite que você e Deus formam uma só unidade todo-poderosa e por isso você irradia paz para todas as pessoas.
Não deve existir lugar para tristeza, mágoas, ressentimentos, solidão e nervosismo.
Esse enlace com a força divina nos fortalece para enfrentar a vida. Isso é mudar o padrão dos pensamentos e, conseqüentemente, mudar os rumos da própria vida.

A FORÇA DA PALAVRA

De Hudyard Kipling: “as palavras são a droga mais poderosa da humanidade”.
Algumas palavras que irradiam energia poderosa: Amor, Fé, Sucesso, Riqueza, Paz, Alegria, Saúde, Harmonia, Vencer, Eu Posso, Deus, Força, etc. A repetição de uma palavra tem força, note como são utilizadas pelos meios de comunicação.
Uma curta frase, repetida muitas vezes como numa canção de acalanto, tem poder. Veja a oração.
Neste caso você está usando, conjugadamente, duas forças poderosas: a força energética do pensamento que tem a carga significativa da palavra e a força da repetição. Acredite na força de suas palavras.

2010 Márcio Adriano®
patomite@hotmail.com

Microlins
Centro de Formação Profissional

Microlins Brasil - Centro de Formação Profissional
Unidade Vila Maria

Faça jorrar o conteúdo de cada palavra como uma torrente irresistível, e verdadeiros milagres acontecerão.
“Tu Lho rogarás e Ele te ouvirá e cumprirá os teus votos. Formarás os teus projetos e terão feliz êxito e a luz brilhará em teus caminhos” (Jó, 27-28).

A FÉ COMO LEI DO PODER MENTAL

Durante toda a história da humanidade a fé tem sido o grande suporte do homem. Todos os grandes líderes da Bíblia extraíram sua força da fé. Só existe uma forma de acionar o Poder Infinito que é através da fé.
Não a fé no sentido de um sentimento vago, indefinido, esperança imprecisa, mas fé no sentido de certeza de que seu pensamento é verdadeiro. Acreditar, portanto, é aceitar definitivamente uma coisa como verdadeira.
A mente tem suas leis e seus princípios que nunca falham quando usados corretamente. O pensamento cria, o desejo atrai e a fé realiza. Isto quer dizer que tudo o que você pensa, deseja e acredita que vai acontecer, acontece obrigatoriamente.
Peça e receberá! É um princípio simples, mas verdadeiro, porque todo pedido já traz, subjacente, o recebimento. Quando se pede, automaticamente, já se está sento atendido, assim como quando se bebe água, já se está matando a sede. O pedido existe para ser atendido.
Entretanto, para ter seu pedido atendido, deve-se seguir o princípio básico da fé: acredite que o seu pensamento é verdadeiro, ou seja, que o seu pedido já está sendo atendido só pelo fato de ter sido formulado.
Permitir a dúvida, não acreditando que vai ser atendido, é mandar duas ordens opostas e conflitantes ao seu subconsciente. E como seu subconsciente é o seu subordinado todo-poderoso, que não discute ordens, que não raciocina nem seleciona, vai ficar sem condições de realizar seu pedido.
Mandar duas ordens opostas ao subconsciente é o mesmo que não desejar ser atendido. É por esse motivo que muitos pedidos e orações não são atendidos.

QUANDO O ATENDIMENTO É AO CONTRÁRIO

Observe que, sempre que o seu pedido não é atendido, é porque você está fazendo duas orações opostas. Isso significa que você foi atendido, só que negativamente atendido, porque, entre duas ordens opostas e contraditórias, numa você acreditou muito mais do que na outra.
E, nesses casos, com certeza, você pôs muito mais emoção, muito mais energia, no pensamento negativo.
Está errado, também, mentalizar durante dez ou quinze minutos por dia aquilo que se deseja e passar o restante das vinte e três horas e quarenta e cinco minutos mentalizando idéias de fracasso e insegurança. Você precisa acreditar.
Desfaça-se das barreiras negativas. A sua mente é cósmica, e, através dela, você pode entrar em contato com todo o universo.
Quando o subconsciente está ligado a sentimentos de medo, de expectativa, de incerteza, tudo acontece ao contrário daquilo que se deseja.
Ao pedir, veja a pessoa ou aquilo que deseja. Não se volte para as imagens contrárias ao seu desejo. Fixe na mente apenas a imagem que verdadeiramente deseja e o seu subconsciente reagirá de acordo com isso.
Ter fé é acreditar que a imagem colocada na mente se tornará realidade física.
E quanto mais emocionalizado for seu pensamento, com mais força e rapidez vai ocorrer o resultado almejado.
É a fé que opera no subconsciente. Na realidade não é a religião, o objeto ou a imagem que produzem o resultado, mas a crença que você tem de que esses elementos produzem resultado é que fará com que as coisas aconteçam.
A fé é uma força irresistível imanente em você, no fundo, é a própria Força Divina existente em você. Essa força não age movida por aparatos exteriores, mas unicamente pelo seu pensamento. Lembre-se que acreditar é aceitar o seu pensamento como verdadeiro, quer ele seja, de fato, verdadeiro ou não. Quando você acredita em alguma coisa o seu pensamento se dirige apenas nessa direção e então aciona o Poder Infinito que está dentro de você e o Poder Infinito cumpre. Então é o seu pensamento que se cria na sua mente a capacidade de realização.

PREMONIÇÕES

De Shakespeare: “o bem e o mal não existem, é o pensamento que os cria”.
A sugestão é uma força difícil de resistir, mas toda pessoa tem o poder de conduzir e reprogramar sua vida conforme o desejar. A criatura humana, pelo fato de ter liberdade e capacidade de novas opções a cada instante, pode, conseqüentemente, modificar qualquer premonição, por mais que aquilo lhe pareça verdadeiro.
No momento em que acreditamos em premonições estamos dando a outrem o poder de comandar nossa vida. Deixar-se influenciar é aceitar um comando dado por outra pessoa para reger nossa vida. E se você permitir que o seu subconsciente aceite, essa ordem vai realmente tornar-se realidade física.
Portanto, nunca dê a outrem um poder que é só seu. É você que deve conduzir sua vida conforme sua determinação e não se deixar subordinar pelos fatos aleatórios da vida. Se você acredita numa sugestão negativa dada por alguém, na verdade não é esse alguém que está prejudicando você, é você mesmo que, ao assumir uma sugestão estranha, adotou-a como sua, prejudicando-se.
Não acredite num destino fatalístico. Você pode modificar o destino a qualquer momento. Acredite que existe uma Sabedoria Infinita dentro de você e invoque-a sempre para que ela o conduza pelo melhor e para o melhor. Imagine-se transitando pela vida alegre e feliz e viva sua vida de forma maravilhosa. Exerça você mesmo esse poder e então estará acima das influências negativas.
Ore, com convicção absoluta, esta prece: “A Presença Infinita que está em mim e sabe tudo sobre todos me guia e me protege, então nada de ruim poderá acontecer-me”. Nunca se perturbe e faça com que a

2010 Márcio Adriano®
patomite@hotmail.com

Microlins Brasil - Centro de Formação Profissional
Unidade Vila Maria

Sabedoria Infinita, que habita o seu íntimo, oriente você corretamente, na direção do amor, do sucesso, da felicidade e da vida.
Agora faça uma limpeza geral na sua mente. Destrua a ponte que o liga às influências negativas.
Assuma você mesmo o comando do seu barco, pois ninguém quer mais bem a você do que você mesmo, portanto ninguém buscará com mais acerto o seu benefício do que você mesmo.

OS MEDOS

São pedaços da doença de outras pessoas que não podem se alojar dentro de nós. Seja você. Deixe-se guiar pela Sabedoria Infinita que está no seu íntimo e siga em frente de cabeça erguida, sem se intimidar com comentários destrutivos. Acreditar no nosso próprio pensamento é acreditar que temos, dentro de nós, a Sabedoria Infinita. É confiar nela.
Se há uma voz dentro de você, que gosta de você que quer seu sucesso e sua felicidade, é essa voz que você deve ouvir. Se desprezarmos aquele pensamento que é nosso, corremos o risco de ver, mais tarde, com magistral bom senso, precisamente aquilo que sempre pensamos e sentimos, e seremos forçados a receber de outrem, envergonhados, nossa própria opinião.
Deixe que os outros pensem como quiserem.
Apenas não permita que decidam num mundo que é apenas seu.
Não tenha medo de perder o amor. Quando duas pessoas se amam, são como duas metades que se juntam de forma tão unitária que ninguém pode separar, a não ser vocês mesmos. É só cultivar e o amor continuará até o fim dos tempos. Mas o mais importante é que você nunca perderá o amor em seu coração.
Se o seu amor se foi, saiba que você pode perder o amor do outro, mas jamais perderá o amor verdadeiro que habita seu coração. Este sempre existe em você, é inesgotável e tende, por sua própria essência, a encontrar a sua outra parte. Não se feche e não sufoque. É na liberdade que o amor mais se desenvolve.
Se você deseja ter um amor na vida, também é verdade que existe alguém que deseja amar uma pessoa exatamente como você. Você é como uma metade que está atraindo uma outra metade, cuja união e fusão formam uma unidade perfeita. Só o que você precisa fazer é atrair o seu amor para você o verdadeiro amor de sua vida.

Acione o seu radar. E assim tudo acontecerá.

Não tenha medo do fracasso. Ligue sua mente no sucesso e terá sucesso. O negócio que você abriu é outro e nada tem a ver com o anterior. Para você criar uma imagem positiva mais forte, fixe sua mente naquilo que realmente almeja. Amplie essa visão e dê muita luminosidade a ela.
Vá em frente com coragem, entusiasmo, dinamismo e inteligência. Ponha na cabeça que aquilo foi talhado para você e sinta-se uma pessoa bem-sucedida.
Aja como se já estivesse na posse daquilo que você almeja. Você é um vitorioso. O pensamento positivo atrai a realidade positiva.
Use suas energias para progredir e confie na Sabedoria Infinita que habita sua inteligência. Essa é uma nova mentalidade para encarar a vida de frente.
Não tenha medo de envelhecer. Tudo tem o seu encanto. À medida que os anos avançam, você passará a contemplar o mundo de um pedestal mais alto e, na medida em que diminuem os seus espaços exteriores, ampliam-se, consideravelmente, os seus espaços interiores. Então nada há para se perturbar.
Os valores mais fortes da vida, que mantêm uma pessoa vigorosa, sadia, jovem, produtiva, não envelhecem nunca. São o amor, a alegria, a paz de espírito, a bondade, a generosidade, a sabedoria, o poder mental, a felicidade, a lucidez e o ideal.

Você tem a idade dos seus pensamentos. Você só envelhecerá quando parar de sonhar.

A FORÇA DA SUGESTÃO EM SEU BENEFÍCIO

A corrente positiva e a negativa coexistem. Nada dá certo para quem está mergulhado na corrente negativa e tudo acontece para quem está envolto na corrente positiva. Por isso é necessário fazer uma reprogramação mental porque o homem é aquilo que pensa.
Pela auto-sugestão positiva você pode determinar que o seu subconsciente alcance o que você deseja. É no subconsciente que residem o Poder Infinito e a Sabedoria Infinita, que agem de acordo com as impressões recebidas de forma marcante e unívoca, transformando as ordens recebidas em realidade física.
Então a sugestão é uma força muito poderosa que deve ser utilizada em seu benefício. Ela pressiona o botão do subconsciente e o faz abrir as comportas do poder e da sabedoria.
Ela tem mais força do que a própria realidade e torna a mente subconsciente submissa, impotente para confrontar-se contra ela. É por isso que a sugestão pode curar e pode adoecer uma pessoa. Pode enriquecê-la e pode empobrecê-la. Pode erguê-la e pode rebaixá-la.
Um método simples e prático para trabalhar a auto-sugestão é a repetição: “Todos os dias, sob todos os pontos de vista, vou indo cada vez melhor em todos os sentidos”. Essa afirmação deve ser feita de olhos fechados, com sentimento e de forma que você possa ouvir as próprias palavras e disso convencer-se.
Os melhores momentos para esse exercício são à noite, deitado, quando você está querendo pegar no sono e de manhã, quando você recém acordou e ainda está em estado de sonolência. Faça a sua própria oração, pedindo tudo o que você deseja. Essa sugestão, repetida em momentos estratégicos, lhe dará resultados maravilhosos.
Quando a vontade e a imaginação estão em conflito é sempre a imaginação quem vence. E quando a vontade e a imaginação estão de acordo, multiplica-se o poder e a força tanto da vontade quanto da imaginação.
Então o uso da imaginação lhe auxilia a alcançar o que deseja. A imaginação sempre vence a vontade.
É por isso que lhe acontece na vida não tanto o que você quer que aconteça, como o que você imagina que vá acontecer.

2010 Márcio Adriano®
patomite@hotmail.com

Microlins Brasil - Centro de Formação Profissional
Unidade Vila Maria

A imaginação e a sugestão geram a realidade porque acionam o subconsciente nessa direção. Toda ordem que você manda para o subconsciente com determinação, ele trata de realizar.
Muitas vezes você se queixa de que não consegue as coisas que mentaliza, mas se esquece de que há uma dicotomia nos seus pensamentos. Se você se programa para um determinado lado, mas acha que está mentindo para si mesmo, está mantendo duas forças lutando dentro de si mesmo, cada uma querendo impor-se ao subconsciente.
Nesse caso, o que você deve fazer é optar racionalmente pelo caminho melhor e procurar impô-lo ao seu subconsciente pelo método da repetição, afastando a imagem negativa. Você já aprendeu que se mandar duas ordens conflitantes para o seu subconsciente ele tornará realidade aquele comando que estiver mais carregado de emoção, mesmo que essa emoção tenha origem no medo!

O PASSADO

Não adianta se amargurar recordando o passado porque ele não vai mais voltar. Isso é desperdício de energia que poderá ser aproveitada em outra nova empreitada. Também não queira antecipar o futuro porque vai igualmente desperdiçar energia.
A vida é hoje, é o presente, é o agora. Você é o que está vivendo agora, por isso é importante organizar-se de forma a sentir-se bem no presente.

O FUTURO

Para assegurar um futuro maravilhoso, basta viver o presente de maneira maravilhosa. Aquilo que você semeia hoje, irá colher amanhã. Plante o sucesso e colherá sucesso. Nada há de incerto no futuro porque ele é a resposta do seu presente.
Só cuide para semear no seu coração e na sua mente, sementes sadias e de alto astral porque o subconsciente não seleciona os pensamentos assim como a terra não seleciona as sementes que nela são jogadas. Nunca semeie fracasso. Viva o presente intensamente, com fé e confiança total. Se você acredita em si, seu futuro será um sucesso. Não cultive problemas.
Expulse-os da mente e eles desaparecerão.
Esqueça-os e eles ficarão na poeira da estrada. Negue-os e eles se evaporarão. Defina o que você quer da vida e siga por essa estrada. Você chegará lá com absoluta certeza. A mente subconsciente responde de forma infalível ao que for programado.

O PEDIDO E O ATENDIMENTO

Todo o que pedires ao Pai, em oração, crendo que haveis de alcançar, alcançareis. Trata-se de uma lei universal e, conseqüentemente, infalível como o são a lei da física da mecânica, da eletricidade, etc.
Isso vale para qualquer pedido: amor, saúde, paz interior, casa, carro riquezas, felicidade, harmonia, inteligência, memória, emprego, viagem, alegria, calma, segurança interior, coragem, sensibilidade, intrepidez, sucesso, etc.
Para tanto é necessário, antes de tudo, pedir. Pedir para que o Poder Infinito tenha definido, sabendo o que você quer realmente.
Isso porque Deus sabe o que é melhor para você, mas deu-lhe a liberdade para escolher. Também esse pedido tem de ser feito em estado de oração, portanto, ao pedir, recolha-se para dentro de si mesmo e procure descer às profundezas de sua mente para que sua oração chegue mais límpida.
Quanto mais profunda a sua concentração e mais passiva estiver a sua mente consciente, mais fortemente você gravará no subconsciente o seu pensamento. Como em estado de profundidade mental diminuem as reações contrárias da mente consciente, com mais facilidade e segurança você crê que vai alcançar o que pedir.
Este é um requisito para o atendimento: crer que, só pelo fato de pedir, já está sendo atendido. Crer é ter certeza.
Quando você duvida, está mandando duas ordens contrárias ao subconsciente: uma é a ordem daquilo que você deseja e pede e a outra é o sentimento hesitante de que talvez não seja atendido.
Quando você vai retirar o dinheiro do banco, basta preencher corretamente o cheque, ter crédito e entregar o cheque ao caixa, não é mesmo?
A partir daí você fica só esperando o dinheiro com a tranqüilidade e certeza absoluta de que o receberá.
Pois é assim que deve fazer quando pedir algo ao Poder Infinito. Crie o sentimento de certeza de que, só pelo fato de pedir, será atendido.
Assim, livre de preocupações, de dúvidas, de medos, de incertezas e de ansiedades, você alcançará o que almeja.Toda oração é infalível.

O MUNDO A SEUS PÉS

Levante-se e ponha o mundo a seus pés. Comece desde agora a construir o seu mundo. Seja você o arquiteto e o engenheiro de sua vida. Você é uno com o Pai e nunca deve sentir-se como um verme rastejante. Sinta como é poderoso e livre! Seus anseios de amor e felicidade, seus desejos de viver em abundância e na saúde perfeita são normais e legítimos.
Este mundo cheio de belezas e riquezas foi criado também para você. Use a Força Divina e terá o mundo a seus pés. Use o Poder Infinito que está dentro de você e será um triunfador.
Use a Sabedoria Infinita que está em você e saberá chegar aonde deseja. Mergulhe na Presença Infinita e nada de mal poderá acontecer-lhe. Proclame, com vigor, para você mesmo: eu sou um vencedor. Assim é e assim será!
Tudo o que você determinar, com convicção, ao subconsciente, ele realiza. Aí está sua arma. À noite, ao entrar em estado de sonolência, repita, repita, repita: “eu estou em paz, estou alegre, dormirei um sono saudável e reparador e amanhã acordarei bem disposto, feliz e tranqüilo, em perfeita saúde física e mental”.
Está feita a sua programação. Faça assim todas as noites e o subconsciente aceitará a sugestão. Isso é assumir o comando da sua mente e não permitir que nenhum pensamento aventureiro lance mão de você. Comece a imaginar-se – a força da mente subconsciente é a imaginação – sorridente, alegre, calmo, bem humorado, vitorioso e em ótimo estado de saúde.

2010 Márcio Adriano®
patomite@hotmail.com

Microlins Brasil - Centro de Formação Profissional
Unidade Vila Maria

Agradeça a incrível aventura de estar vivo neste universo particular, saudando os filhos, os amigos, os familiares. Sinta-se uma pessoa agradável, benquista, admirada e querida por todos. Repita: bom-dia, bom-dia, bom-dia e levante-se em estado de vibração interior.
Vá até a janela, respire o ar puro do amanhecer e saúde o céu, os pássaros, as plantas,o sol ou a chuva e as pessoas que já estão circulando na rua.
Diante do espelho, sorria para si mesmo e diga que gosta muito de você. Fale da sua admiração pela sua coragem, pela sua valentia, pela sua honestidade. Cante, dance e seja uma pessoa admirável e bem sucedida.
Pronto, está gravado em você um novo padrão positivo de pensamento e de vida.
Recorra também à visualização. Visualize-se praticando aquilo que quer que aconteça. Quanto mais claro e vivamente puder imaginar os detalhes, mais profundamente experimentará aquela situação que está determinando à sua mente.
Relaxe os músculos e respire profundamente. Todos os grandes atletas de nível internacional e outras pessoas capazes de performances admiráveis são visualizadores.
Eles vêem, eles sentem, eles experimentam antes a situação que enfrentarão depois. Mas todos eles começam com um objetivo em mente. Crie uma “zona confortável” interna. Depois, quando você chegar diante da situação, já estará tão familiarizado com ela que vai sentir-se seguro para lidar com os fatos com maestria.
Amplie essa visão e dê-lhe força e muita luminosidade!
Para livrar-se da incerteza e da dúvida, medite e pergunte à Sabedoria Infinita se há alguma razão para não ter o que deseja.
Quando há perfeita interação entre o sujeito e o merecimento, entre a mente consciente e o subconsciente, há sintonia entre você e o Poder Supremo que habita seu íntimo e, nesse caso, infalivelmente, a oração é atendida porque você agora sabe que merece.
Deus só age em você por meio de você.
Quando a mente consciente duvida, tem medo, ela torna-se negativa e passa a ser causa de dano. Você precisa acalmá-la, ou adormecê-la, tornando-a passiva para que não crie obstáculos às ordens que você está mandando para o seu subconsciente.
Por isso há a necessidade de meditação
Procure, então relaxar a mente consciente, descontraindo seu corpo e concentrando-se profundamente no seu desejo. Acalme-se, solte-se bem, relaxe, feche os olhos e afirme, na sua mente, o quadro ideal daquilo que deseja ver realizado. Formule o pedido positivamente. Mantenha uma atitude serena, confiante e certa.
Não faça um pedido vago e indefinido. Peça especificamente o que deseja. Trace sua meta e deixe que o subconsciente providencie o meio para você chegar até lá. Tudo acontecerá conforme o seu desejo porque o Poder Infinito, que habita você, irá fazer com que as coisas aconteçam, acredite.
Mentalize constantemente até receber.
Você se sentirá impulsionado a dar os passos necessários para a concretização dos seus desejos. Mas na hora que você for chamado a agir, aja!
Sua meta reflete seu talento e seu sentido de missão. Uma meta eficaz concentra-se em resultados e não na atividade.
Ela estabelece onde você quer chegar e, durante o processo lhe ajuda a determinar onde está. É graças à sua meta que o seu subconsciente o impulsiona a agir para chegar até lá. Identifique os objetivos que deseja atingir e mova-se nessa direção.
Peça e mentalize quando estiver dominado por um desejo forte. Crie emoção e sentimento. A satisfação ou prazer que causará a obtenção do pedido têm muita força emocional.
Repita com freqüência, com sentimento e com persistência e busque conservar a imagem mental vívida em você. Você receberá infalivelmente o que pediu.
Saiba que o subconsciente reage melhor quando você estiver em relax. Quanto mais calma e passiva estiver a mente consciente na hora de formular o pedido, tanto melhor. E não se ponha a especular sobre o tempo que irá demorar para ser atendido. Você será atendido. Você será atendido!
Agora comece a agradecer. Diga: muito obrigado, Senhor, pois tu ouviste a minha oração. Tu sempre ouves o meu pedido. Estou sendo atendido em Teu nome e por isso Te sou imensamente grato.
Um momento muito valioso para você mentalizar aquilo que deseja é à noite, quando vai dormir.
Coloque-se numa posição confortável, relaxe e fique visualizando na sua tela mental aquilo que deseja.
Adormeça com a mente ligada nesses pensamentos.
O seu subconsciente, nessas horas, está mais receptivo e pode ser que você obtenha a resposta até em sonhos.
Mas qualquer outra posição de relax, em qualquer hora do dia, pode também ser empregada com muito proveito. É que o subconsciente não distingue entre a realidade e a imaginação e buscará criar condições para transformar a sua imaginação em realidade física.
O que você cria na mente, acontece no mundo dos fatos!
A MEDITAÇÃO
São quatro os estados de consciência: nível beta, nível alfa, nível teta e nível delta. O cérebro emite minúsculos impulsos eletroquímicos e a maior ou menor freqüência dessas pulsações ou ciclos é que vai determinar o seu estado de consciência.
Quanto mais elevada estiver a sua freqüência mental, menor será a sua capacidade. Quanto mais baixa a freqüência cerebral, maior a sua capacidade. Beta é o estado mental em que você se encontra agora. É o estado de vigília, é o estado máximo da mente consciente.
Representa, portanto, a mais alta ciclagem cerebral. Correspondendo a uma média de 21 ciclos por segundo.
O pânico, o susto, o nervosismo, a ansiedade podem, no entanto, elevar essa ciclagem até 60 ciclos ou mais. Observe que, quanto maior a sua freqüência cerebral, menor e a sua capacidade mental, a tal

2010 Márcio Adriano®
patomite@hotmail.com

Microlins Brasil - Centro de Formação Profissional
Unidade Vila Maria

ponto de a freqüência máxima poder gerar um “branco total” na mente ou até mesmo paralisá-la. A aceleração da sua freqüência cerebral faz diminuir proporcionalmente a sua lucidez mental, bloqueando a sua inteligência.
E nessa ciclagem cerebral a mente não raciocina bem. É no relaxamento que a mente passa a funcionar melhor. Quando a pulsação cerebral se aproxima dos 21 ciclos volta a ser possível um raciocínio lógico e analítico.
Mas o ideal para o nosso trabalho é o estado de alfa. Entrar em alfa é descer ao estado de relax profundo, mantendo a mente e o corpo, através de técnicas adequadas, em paz, em calma, sem tensões físicas e emocionais.
Pode-se descer ao nível alfa não só através de relax profundo, como também pela meditação, pela contemplação, pela oração.
Nesse estágio, o ritmo cerebral se situa entre 7 e 14 ciclos por segundos. Nesse nível mais profundo, aumenta o campo da sua inteligência, da sua memória, da sua criatividade, da sua inspiração, da sua percepção sensorial e extra-sensorial e a sua intuição é mais aguda.
Toda programação mental que você fizer em nível alfa sensibilizará de modo efetivo o seu subconsciente, pois quanto mais profundamente gravar uma determinação ou desejo no subconsciente, mais rápido e fortemente ele cumpre.
O nível alfa é, portanto, o nível ideal para gravar profundamente

ENTRANDO EM NÍVEL ALFA

Pode-se recorrer a uma música calma, colocando-se numa posição bem confortável. Procure relaxar, respirando profundamente algumas vezes. Concentre sua atenção nas diversas partes do seu corpo e vá relaxando uma por uma.
Você estará relaxado se sentir, nessa parte, uma espécie de formigamento ou leveza, dando a impressão de que essa parte do corpo não existe. Vá da sola dos pés até o couro cabeludo, incluindo todos os órgãos internos. Sinta a mente leve, límpida, em paz e calma, sinta o coração iluminado e feliz, cheio de boas intenções positivas.
Saboreie uma perfeita interação entre sua mente, seu coração e seu corpo e sinta-se mais leve, leve como a flutuar num mundo maravilhoso e sinta a serenidade de um lago azulado. Relaxe mais e mais.
Agora você está em condições de se programar, de mandar alguma ordem para o seu subconsciente, está em condições de estudar e resolver problemas.
O nível teta é ainda mais profundo e é o último nível que você atinge em estado de consciência. O ritmo cerebral fica entre 4 e 7 pulsos por segundo. É como se você estivesse em estado de sonolência, mas ainda está em consciência, embora em baixa freqüência.
Por sinal, quanto mais baixa é a freqüência em estado de consciência, maior é a energia mental.
Quanto mais diminui a fronteira entre a mente consciente e a mente subconsciente, mais você se aproxima da Sabedoria Infinita, do Eu Superior e da Mente Cósmica.
Aproveite, então, a hora em que vai dormir e deixe-se adormecer com o pensamento ligado naquilo que você deseja solucionar. Você obterá a resposta do subconsciente e essa resposta nunca pode ser errada.
O nível delta é o do sono. Nesse estado a mente consciente não atua. Mas você pode programar-se para sonhar a solução de um problema, para alcançar a resposta de uma questão e assim por diante.
Agora que você já tem asas, seja o senhor das alturas. Alce seu vôo e aventure-se pelos céus a fora. Voe bem alto, como uma águia. “Bom voyage, mon cherry”!

2010 Márcio Adriano®
patomite@hotmail.com